

Verlauf der Ausbildung SNBGER Trainer – B Snowboard
Themenschwerpunkt: Vertiefung Haupt- + Nebendisziplin



<p align="center">1. Zentrallehrgang „Schnee“ 4 Tage (38 LE)</p>	<p align="center">2. Zentrallehrgang „Theorie“ 2,5 Tage (18 LE)</p>	<p align="center">3. Zentrallehrgang „Schnee/Prüfung“ 2,5 Tage (18 LE)</p>										
<p align="center">Inhalt</p> <p>Spezifische Theorie und Praxis für Haupt- und Nebendisziplin</p> <p>Race – PGS / PSL</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Kurssetzen – parallel ▪Kurvenqualität verbessern <p>Snowboardcross</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Parcoursbauen ▪Grundlegende Fahrtechnik ▪Geländeformen <p>Freestyle – HP / SBS / BA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Shapen ▪How to build a trick ▪Set-up-turn <p>Allgemein:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Persönliches Fahrkönnen •Methodik •Gruppenführung •BBB •Videoanalyse 	<p align="center">Inhalt</p> <p>Trainings- und Leistungssteuerung im Konditionstraining</p> <p>Leistungsdiagnostik der Ausdauer- und Kraftfähigkeiten</p> <p>Krafttraining im Anschlussstraining</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Physiologische Grundlagen ▪Trainingssteuerung ▪Anpassungserscheinungen ▪Neuromuskuläre Anpassungen <p>Ausdauertraining im Anschlussstraining</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Physiologische Grundlagen ▪Trainingssteuerung ▪Anpassungserscheinungen <p>Beweglichkeitstraining</p>	<p>Trainerarbeit</p> <p>Technikprüfung</p> <p>Schriftliche und mündliche Theorieprüfung</p> <table border="1" data-bbox="1615 702 2155 1005"> <tr> <td>Ausbildung gesamt:</td> <td align="right">117 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Zentrale Lehrgänge</i></td> <td align="right">74 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Hospitation</i></td> <td align="right">27 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Heimstudium</i></td> <td align="right">8 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Ausbildung TD/Judge</i></td> <td align="right">8 LE</td> </tr> </table> <p align="center">Selbststudium Seminararbeit + Vorbereitung zur Prüfung</p>	Ausbildung gesamt:	117 LE	<i>Zentrale Lehrgänge</i>	74 LE	<i>Hospitation</i>	27 LE	<i>Heimstudium</i>	8 LE	<i>Ausbildung TD/Judge</i>	8 LE
Ausbildung gesamt:	117 LE											
<i>Zentrale Lehrgänge</i>	74 LE											
<i>Hospitation</i>	27 LE											
<i>Heimstudium</i>	8 LE											
<i>Ausbildung TD/Judge</i>	8 LE											
<p align="center">Hospitation LG1 3 Tage 27 LE mit hauptamtlichen SNBGER Trainern, davon 1 Tag am OSP</p>												
<p align="center">Nat. TD oder Judge Ausbildung 1 Tag (8 LE)</p>												